

Psychologische Grundbedürfnisse

Übung: Beobachten

Zielsetzung: Vertiefung des Gelernten, Anwendung im Kontext Sporttherapie reflektieren

Aufgabe: Sollten Sie die Möglichkeit haben, nehmen Sie sich in Ihrem Arbeitsalltag etwas Zeit und beobachten Sie Ihre KollegInnen. Schätzen Sie die Sprache/ Haltung der SporttherapeutInnen hinsichtlich der psychologischen Grundbedürfnisse ein. Notieren Sie Beispiele. Andernfalls können Sie auch Ihre eigenen Sporttherapieeinheiten gut zur Reflexion nutzen, indem Sie die Tabelle im Nachhinein, also aus Ihrer Erinnerung heraus, befüllen.

Im Folgenden erhalten Sie also eine Beobachtungstabelle, die Sie dabei unterstützen soll, die Berücksichtigung der psychologischen Grundbedürfnisse im Rahmen der STEP Sporttherapie zu reflektieren und zu verinnerlichen.

	SporttherapeutIn hat....	häufig	manchmal	wenig	gar nicht	verbale/ nonverbale Merkmale
A u t o n o m i e f ö r d e r u n g	...Wahlmöglichkeiten angeboten					
	...Gefühle/Ansichten anerkannt/gespiegelt					
	...Informationen angeboten/erklärend begründet					
	...Bemühungen/ Fortschritte anerkannt					
	...zeigt kontrollierendes Verhalten?					
S t r u k t u r g e b e n	...Fragen direkt beantwortet					
	...optimale Herausforderung angeboten					
	...Variante und Intensität individuell angepasst					
	...zeigt kontrollierendes Verhalten?					

Sozialen Bindungen	...Zuneigung und Interesse gezeigt/ aktiv zugehört (paraphrasieren, spiegeln, klären)					
	...offene/ akzeptierende Grundhaltung gezeigt					
	...Nähe und Distanzzonen gewährt					
	...zeigt kontrollierendes Verhalten					
Weitere beobachtete Verhaltensweisen						

